

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kebahagiaan sejati adalah ketika seseorang mengalami emosi positif terhadap masa lalu, pada masa kini dan terhadap masa depannya, memperoleh banyak gratifikasi dengan menggerakkan kekuatan pribadinya dan menggunakan kekuatan pribadinya tersebut untuk mendapatkan sesuatu yang lebih besar dan lebih penting demi memperoleh makna hidup.

Subjek sebagai calon tenaga kerja wanita yang akan bekerja di luar negeri mengalami kebahagiaan. Kebahagiaan yang dialami subjek berasal dari berbagai faktor diantaranya karena faktor uang, kebutuhan sosial (bersosialisasi dengan lingkungan dan teman-teman), pernikahan, bisa merasakan emosi positif, bahagia dengan agama yang dianut dan kesehatan yang dimilikinya. Subjek juga bisa merasakan kebahagiaan pada masa sekarang, dan optimis dengan masa depannya.

Subjek I merasakan kebahagiaan ketika dirinya bisa menyenangkan dan membahagiakan ibunya, adiknya dan keluarganya dan bisa berbagi dengan orang lain. Bahagia menurut subjek I adalah ketika ia bisa melakukan hal untuk orang lain, bisa membuat orang lain bahagia. Bisa membuat ibunya, adiknya, dan suaminya bahagia.

Makna kebahagiaan menurut subjek II adalah ketika ia bisa membahagiakan orang tua dan keluarganya. Perbuatan yang bisa membuat subjek II bahagia adalah bisa membantu orang tua dan keluarganya. Subjek II

merasa bahagia ketika bisa bekerja dan berbagi dengan keluarga dan orang lain. Subjek merasa sangat bahagia jika keluarganya tetap utuh, yang terpenting adalah keluarganya tetap utuh dan hidup berkecukupan.

Makna kebahagiaan menurut subjek III adalah jika saat ini di tempat penampungan bisa bersosialisasi dengan teman-temannya, dan ketika pulang bisa bertemu, bercanda dan merawat anaknya. Subjek III juga bisa merasakan bahagia ketika melakukan suatu pekerjaan, ketika bekerja subjek selalu bahagia, mengerjakan dengan senang dan ikhlas.

Makna kebahagiaan menurut subjek IV adalah bisa berkumpul bersama keluarga, bisa berkumpul dengan anak, suami, bisa merawat orang tua dari suaminya, orang tuanya sendiri, bisa membalas budi orang tuanya. Yang terpenting dalam hidupnya dan yang membuat subjek benar-benar bahagia adalah utuhnya rumah tangga yang telah ia bina.

B. Saran

1. Bagi subjek penelitian

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa wanita itu kuat dan mempunyai potensi dalam dirinya. Seorang wanita mampu bertahan dalam kondisi yang sulit. Bisa berperan sebagai tulang punggung keluarga, yaitu bekerja untuk mencukupi kebutuhan keluarganya. Oleh karena itu diharapkan subjek selalu bersemangat dan optimis serta selalu meningkatkan potensi yang dimilikinya agar selalu merasakan kebahagiaan dan bisa mencapai tujuan yang diinginkannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya.

Kebahagiaan merupakan kajian yang sangat menarik. Oleh karena itu diharapkan peneliti selanjutnya lebih mengembangkan penelitian mengenai kebahagiaan. Karena kebahagiaan mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap hidup seseorang. peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang kebahagiaan dengan menggunakan metode kualitatif. Dalam penelitian ini banyak terjadi kekurangan, diantaranya subjek yang sedikit dan waktu penelitian yang terbatas sehingga tidak bisa mendapatkan data yang mendalam dan maksimal serta terbatasnya sumber untuk dijadikan rujukan. Oleh karena itu diharapkan peneliti selanjutnya lebih mengembangkan penelitian ini dengan melakukan penelitian dan penggalan data secara mendalam sehingga benar-benar bisa menemukan makna kebahagiaan sejati bagi calon tenaga kerja wanita.

3. Bagi Keilmuan Psikologi

Kebahagiaan sejati merupakan hasil yang ingin dicapai oleh psikologi positif. Psikologi positif sebagai gerakan ilmiah baru dalam bidang psikologi perlu dikembangkan lebih lanjut. Karena Psikologi positif berfokus pada kelebihan manusia, tidak berkutat pada kekurangan manusia. Sehingga bisa mengetahui sisi positif manusia dan kemudian bisa dikembangkan untuk menjadi pribadi yang lebih baik.

4. Bagi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Referensi untuk dijadikan rujukan dalam penelitian ini sangat terbatas dikarenakan terbatasnya referensi tentang psikologi positif. Oleh karena itu Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim perlu mendukung dan memfasilitasi pengembangan kajian mengenai psikologi positif. Selain itu juga hendaknya menyediakan buku-buku tentang psikologi positif sehingga bahan untuk rujukan dalam penelitian bisa tersedia.

